



# Elementsymbole Kunstturnen männlich

**2013-2016**

Version 1 (Mai 2015)

Für Kunstturnwettkämpfe bei:  
Olympischen Spielen  
Weltmeisterschaften  
Regionalen und interkontinentalen Wettkämpfen  
Veranstaltungen mit internationaler Beteiligung  
& nationalen Wettkämpfen



*Dieses Dokument dient der Vereinfachung der Symbolschrift, wie sie von Kampfrichtern im Kunstturnen männlich verwendet wird und soll zu größerer Übereinstimmung zwischen den einzelnen Geräten führen.*

Genehmigt vom Technischen Komitee Männer (MTC) der FIG  
Präsident: Steve BUTCHER (USA); Vizepräsidenten: Liping HUANG (CHN), Hiroyuki TOMITA (JPN);  
Mitglieder: Dr. Yoon Soo HAN (KOR), Julio MARCOS FELIPE (ESP),  
Holger ALBRECHT (GER), Arturs MICKEVICS (LAT);  
Vertreter der Athleten: Jani TANSKANEN (FIN)



## DANKSAGUNG

**Dokumentautor/Koordinator/Symbolzeichner: Andrew TOMBS (GBR) UEG MTC Mitglied**

Ein großes Dankeschön gilt dem MTC der UEG für die Anregung, Unterstützung und das Mitwirken an diesem Projekt, insbesondere Andrew Tombs.

Präsident: Gianfranco MARZOLLA (ITA);

Vizepräsidenten: Jacky WISCHNIA (ISR); Sekretär: Alain MACCHIA (FRA);

Mitglieder: Holger ALBRECHT (GER), Mircea APOLZAN (ROU), Tom THINGVOLD (NOR),  
& Andrew TOMBS (GBR)

Weitere Mitwirkende:

Dr. Jörg FETZER (GER)

Chris GRABOWECKY (CAN)

Julio MARCOS FELIPE (ESP)

James MAY (GBR)

Vincent REIMERING (NED)

Paul SZYJKO (AUS)

Butch ZUNICH (USA)

**Schlussredaktion: Steve BUTCHER (USA) - FIG MTC Präsident**

Deutsche Übersetzung: Holger ALBRECHT (GER)

*Das gesamte Material dieses Symbolbuchs ist Eigentum der FIG. Vervielfältigung jedweder Form bedarf einer schriftlichen Genehmigung durch die FIG. Für den Fall, dass eine Aussage oder Illustration im Widerspruch zum Code de Pointage steht, hat der Code de Pointage Vorrang. Bei Unterschieden zwischen den einzelnen Übersetzungen hat der englische Text Vorrang.*



## Einführung in die Symbolschrift

### Einführung

Die Symbolschrift wird seit vielen Jahren im männlichen Kunstturnen verwendet. Sie wurde Mitte der 1990er Jahre im Zuge eines Konzepts für Elementsymbole für das Pauschenpferd eingeführt und dann 1997 durch ein Dokument auf alle Geräte ausgeweitet. Die Symbole für das männliche Kunstturnen wurden seit mehreren Olympiazyklen nicht überarbeitet. Dieses Symbolbuch dient als Ergänzung zum Code de Pointage.

Die Entwicklung unseres Sports sowie die Dynamik und Komplexität der Übungen hat zu der Absicht geführt, die Art und Weise wie Kampfrichter den Übungsinhalt in Echtzeit notieren zu überdenken und zu verbessern. Diese Veröffentlichung dient jungen Kampfrichtern als Grundlage für das Erlernen der Symbolschrift und stellt für erfahrene Kampfrichter eine Anregung dar.

Wir kennen die am häufigsten präsentierten Elemente und haben diese Daten als Hilfe bei der Entwicklung der Symbole herangezogen. Gängige Elemente wie z.B. Jonasson, Tippelt, Yamawaki sollten durch Symbole so prägnant wie möglich dargestellt werden. Diese am häufigsten gezeigten Elemente sollten die Kern-Symbole bilden, aus denen andere Variationen abgeleitet werden können.

Die Entwicklung und Überarbeitung der Symbole hat sich an folgenden Prinzipien orientiert:

1. Das System sollte intuitiv sein und den Kern des Elements widerspiegeln.
2. Die aufgezeichneten Symbole sollten die gezeigte Bewegung widerspiegeln.
3. Größere Übereinstimmungen zwischen den Symbolen über alle Geräte hinweg.
4. Wenn dasselbe Element an verschiedenen Geräten gezeigt wird, sollte hierfür dasselbe Symbol verwendet werden.
5. Die Symbole für die am häufigsten gezeigten Elemente sollten weiter vereinfacht werden.
6. Gegebenenfalls sollten Ausgangs- und Endposition weggelassen werden.
7. Die Elemente sollten sich durch so wenig Handbewegung wie möglich aufzeichnen lassen.
8. Durch gezielte Annahmen werden die Symbole für Bewegungen zwischen Elementen umgangen.

Dieses Symbolbuch dient Kampfrichtern dazu, sowohl die Kenntnis der Symbole zu verbessern, als auch deren Zustandekommen nachzuvollziehen. Die neue Judges' Education Software der FIG wird die erneuerten Symbole ebenfalls enthalten. Die Symbole dieser Veröffentlichung umfassen 5 Geräte; Sprung ist nicht enthalten.

Das schlussendliche Ziel dieses Symbolbuchs ist es, zukünftigen Kampfrichter-Generationen als Grundlage für gemeinsames, strukturiertes Arbeiten zu dienen und die Symbolschrift für internationale Kampfrichter zur Pflicht zu machen, auch im Hinblick auf die Minimierung von Fehlerquellen.



## Saltos

Dieses Element wird an 4 der 5 Geräte dieses Symbolbuchs – ohne Pauschenpferd – häufig gezeigt.

	Einfach	Doppel	Dreifach
Vorwärts	♂	♂♂	♂♂♂
Rückwärts	ℓ	ℓℓ	ℓℓℓ

Bevor Körperpositionen hinzugefügt werden ist es wichtig, dieses Prinzip für Saltos auf alle Geräte auszuweiten, um unsere Herangehensweise weiter zu vereinheitlichen. Viele Elemente sind nach Turnern benannt, deren Initialen zur Abkürzung der entsprechenden Symbole genutzt wurden. Dies trifft nach wie vor auf viele Elemente zu, allerdings haben wir unsere Herangehensweise nach Möglichkeit vereinheitlicht.

	Ringe	Barren	Reck
Doppelsalto vorwärts	Yamawaki ♂♂	♂♂	Gaylord ♂♂
Doppelsalto rückwärts	Guczoghy ℓℓ	Morisue ℓℓ	Kovacs ℓℓ

## Körperpositionen

Position	Gebückt	Gegrätscht	Gestreckt
Symbol / Salto	∨	>	/

Nun haben wir die Körperpositionen eingeführt, die den Symbolen für Saltos zur Erweiterung der Symbolgruppe hinzugefügt werden können. Hier einige Variationen am Boden:

	Gebückt	Gegrätscht	Gestreckt
Doppelsalto vorwärts	♂♂ <sub>∨</sub>	N/A	♂♂/
Doppelsalto rückwärts	ℓℓ <sub>∨</sub>	ℓℓ <sub>&gt;</sub>	ℓℓ/



Zur weiteren Vereinfachung der Symbolschrift wurden die obigen Prinzipien für Körperpositionen auf die anderen Geräte angewandt. Die Namen der Erfinder der Elemente werden nach wie vor oft verwendet, wenn deren Verwendung im Folgenden auch minimiert wurde.

		Ringe	Barren	Reck
Doppelsalto vorwärts gebückt	Jonasson			Gaylord
Doppelsalto rückwärts gebückt	Guczoghy			Kovacs
Doppelsalto rückwärts gestreckt	O'Neill		NA	Kovacs

## Drehungen um die Längsachse

Da Elemente und Kombinationen mit mehreren Längsachsendrehungen viel häufiger gezeigt werden, ist ein einfaches und effektives System für deren Notation essentiell. Dieses wird durch die hohe Anzahl an halben Drehungen (z.B. 3/2, 5/2, 7/2) komplizierter – insbesondere am Boden. Das Symbolbuch möchte nicht die Verwendung von Alternativsymbolen motivieren; dennoch ist es sinnvoll, hier eine alternative Notation einzuführen, die einigen Kampfrichtern einfacher erscheinen mag: Prinzipiell werden Einfach-, Doppel- und Dreifachdrehungen durch 1/2/3 dargestellt und zusätzliche halbe Drehungen durch einen diagonalen Strich durch diese Zahl gekennzeichnet.

	180°	360°	540°	720°	900°	1080°	1260°
Aktuelles Symbol							
Alternative Notation		1		2		3	

Diese Symbole für Drehungen können dann an Salto-Symbole angefügt werden um komplexere Elemente am Boden, sowie Abgänge oder Flugelemente am Reck darzustellen (siehe nächste Seite).

Salto rückwärts	gestreckt mit 540°	Doppel gestr. mit 360°	Gestr. 900° + Vorw. 360°
Aktuelles Symbol			
Alternative Notation			



Reck	Kolman	Cassina
Aktuelles Symbol	$ll\varepsilon$	$ll/\varepsilon$
Alternative Notation	$ll_1$	$ll/1$

## Basiselemente

Es gibt eine Vielzahl an Schlüsselementen, welche über mehrere Geräte hinweg die Übungsgrundlagen bilden. Hier gehen wir nun auf diese Elemente ein. Im gerätespezifischen Abschnitt werden wir sehen wie diese zu komplexeren Symbolen zusammengefügt werden können.

**Eine einfache Riesenfelge** findet als Schlüsselement an drei Geräten Anwendung. Der Kreis zeigt, dass es sich um eine Riesenfelge handelt. Ein Strich nach rechts entspricht einer Riesenfelge vorwärts, ein Strich nach links stellt eine Riesenfelge rückwärts dar.

	Ringe	Barren	Reck
Riesenfelge vorwärts	$\bigcirc\text{—}$		$\bigcirc\text{—}$
Riesenfelge rückwärts	$\text{—}\bigcirc$	$\text{—}\bigcirc$	$\text{—}\bigcirc$

**Felgelemente** lehnen sich an Riesenfelgen an, da sie typischerweise im Handstand enden. Wieder einmal werden sie an drei Geräten gezeigt und sind Basiselemente, aus denen sich komplexere Elemente ableiten, insbesondere am Barren. An den Ringen enden Felgen typischerweise nicht im Handstand. Siehe die untenstehenden Symbolbeispiele.

	Ringe	Barren	Reck
Ringe - Felge zur Schwalbe Barren/Reck - Felge zum Handstand	$f_m$	$f$	$f$
Felge mit 1/1 Drehung	NA	$f\varepsilon$	$f\varepsilon$

**Stemmen** werden an drei Geräten häufig gezeigt, entweder als einfache Übergangselemente oder in Kombination mit Drehungen und Saltos um die Schwierigkeit zu erhöhen. Hier zeigen wir die einfachen Stemmen, wobei die horizontale Linie die eigentliche Stemme darstellt und die vertikale Linie entweder einer Stemme vorwärts (Linie rechts) oder rückwärts (Linie links) entspricht. Es sei hier auf die Parallelen zu Riesenfelgen in Bezug auf die Richtungsangabe hingewiesen.



	Ringe	Barren	Reck
Stemme vorwärts	—+	—+	—+
Stemme rückwärts	+—	+—	+—

**Kippen** kommen an drei Geräten häufig vor, um aus dem Hang in den Stütz zu gelangen und werden häufig mit Kraft- und Schwungelementen verbunden. Auch hier werden mögliche Verbindungen detailliert im gerätespezifischen Teil besprochen. Das grundlegende Symbol wird rechts mit einem horizontalen Strich versehen, um eine Kippe vorwärts darzustellen. Ein horizontaler Strich links entspricht einer Kippe rückwärts. Wir gehen davon aus, dass vom Hang in den Stütz gewechselt wird.

	Ringe	Barren	Reck
Kippe vorwärts in den Stütz	∩	∩	∩
Kippe rückwärts in den Stütz	∪	∪	∪

**Einfache Halteelemente** bilden die Basis der meisten Ringeübungen und werden auch häufig am Boden und Barren gezeigt. Im Prinzip werden diese so aufgezeichnet wie sie zu erkennen sind. Das Symbol soll die Körperposition des Turners visuell repräsentieren.

Element	Handstand	Winkelstütz	Stützwaaage	Stützwaaage gegr.	Schwalbe	Kopfkreuz
Symbol	p	L	→	>→	m	+

**Bewegungen zwischen Elementen** können durch Symbole dargestellt werden, deren Verwendung durch dieses Dokument weiter vereinfacht und vereinheitlicht werden soll. Sichere Kenntnisse unseres Sports sind notwendig um die Bewegungen des Turners zu verstehen und zu antizipieren. Die Analyse großer Wettkämpfe zeigt, dass Bewegungen zwischen bestimmten Elementen in den meisten Übungen identisch sind und der Kampfrichter sollte voraussetzen, dass diese Bewegungen akkurat und ohne Schwung ausgeführt werden. Somit muss im ersten Beispiel unten kein zusätzliches Symbol für das Heben aus dem Spagat in den Handstand notiert werden. Gleiches gilt für das Heben aus dem Winkelstütz, der Stützwaaage gegrätscht und der Schwalbe, das keines zusätzlichen Symbols bedarf.

Aus dem Spagat, Heben in den Kreuzhandstand	Aus dem Winkelstütz, Heben in den Handstand	Aus der Stützwaaage gegr., Heben in den Handstand	Aus der Schwalbe, Heben in das Kopfkreuz
⊥ +	L p	>→ p	m +



## Zwischenpositionen, Hand- und Körperbewegungen

Ein Hauptaugenmerk des Symbolbuchs liegt darauf die Zeit zu reduzieren, die der Kampfrichter benötigt um die Übung zu Papier zu bringen. Ein Leitmotiv sind **Annahmen** über die Ausgangs- und Endposition sowie die Kenntnis von **Kernelementen**, die am häufigsten im Wettkampf zu sehen sind. Es gibt zahlreiche Elemente in den Wertungsvorschriften, die kaum geturnt werden. Ein Kampfrichter muss die Zwischenpositionen die während einer Übung gezeigt werden, wie auch die Griff- und Körperpositionen die diese erst möglich machen, vollständig nachvollziehen.

**Körperpositionen** gilt es als erstes zu definieren, obwohl diese sich meistens aus dem Übungsfluss ergeben und daher nicht separat notiert werden müssen. Dennoch ist ihre Kenntnis manchmal notwendig um die Wertigkeit des gezeigten Elements vollständig nachzuvollziehen.

Im Hang	!	Liegestütz vorlings	
Im Stütz	!	Liegestütz rücklings	

**Griffpositionen** sind an jedem Gerät essentiell um Elemente und ihre Wertigkeiten zu differenzieren. Wiederum führt die genaue Kenntnis unseres Sports dazu, dass Kampfrichter sich der häufigsten Elemente und insbesondere der Griffpositionen, in denen diese enden, bewusst sind. So würde z.B. eine 1/1 Drehung am Reck im Erwachsenenbereich meist im Ellgriff enden. Dies wäre dann das Kernelement, für welches das Ellgriffsymbol (**e**) nicht extra notiert würde, wohl aber das Symbol für Mix- bzw. Zwiegriff (**m**), wenn die Drehung im Mixgriff endet.

	Ristgriff	Kammgriff	Mixgriff	Ellgriff
Symbol			<b>m</b>	<b>e</b>
1/1 Drehung zum			<b>Em</b>	<b>Ee</b>

**Körperbewegungen** zwischen einzelnen Elementen sollten offensichtlich und instinktiv aus dem hervorgehen was der Turner zeigt und durch den Kampfrichter antizipiert werden. Selbstverständlich gibt es auch untypische Bewegungen, die notiert werden müssen, da sie die Wertigkeit des Elementes beeinflussen können. Festzuhalten sind insbesondere: Sprünge bzw. gesprungene Elemente, Heben oder Senken, sowie (Ab)Rollen rückwärts oder vorwärts.

Heben		Sprung vorwärts		Sprung	
Senken		Sprung rückwärts		Rolle vorwärts	





## Elemente mit Namen

Im Code de Pointage gibt es viele Beispiele für Elemente, die nach ihrem Erfinder benannt wurden. Folglich wurden die entsprechenden Initialen für das Elementsymbol herangezogen. Dies hat sich häufig als vorteilhaft erwiesen, hat aber auch bisweilen zu Verwirrung geführt. Einige Elemente haben mehrere anerkannte Erfinder und es tauchten Variationen der Bezeichnung auf. Auch sind einige Elemente nach wie vor schwer zu notieren oder unter dem Namen ihres Erfinders wenig bekannt.

Damit diese vereinfachte Symbolschreibweise funktioniert, müssen wir uns über alle Geräte hinweg stets an die grundlegenden Prinzipien halten und die Verwendung von Initialen vermeiden sofern möglich. Es wird jedoch immer Elemente geben, die sich nur durch 4 oder 5 Symbole bzw. 7 oder 8 Handbewegungen akkurat notieren lassen. In diesen Fällen sollten die Initialen des Erfinders nach wie vor verwendet werden, die dann ohnehin bekannt sind. Siehe die nachfolgenden Beispiele.

Element	Reines Symbol	Symbol orientiert an Erfinder
Stützkehre	⊥ ʝ ε ⊥	S
Rybalko	-O ↑ ε e	R
Thomas (gehockt)	↑ ∞ ε ∨	Th

Es gibt viele eindeutig erkennbare Elemente, die oft geturnt werden. Diese können durch die Schreibweise mit Initialen leichter notiert werden als durch das reine Symbol. Beispiele siehe unten.

Stalder	Endo	Diamidov	Healy	Tippelt
S	e	d	h	T

## Allgemein

Die bisherigen Prinzipien sollten 98% aller Elemente des Code de Pointage umfassen. Es wird Ausnahmen geben, allerdings werden diese Elemente meist nur sehr selten gezeigt und es kann dann eine Lösung gefunden werden. Aus aktuellen Beobachtungen wissen wir, dass 75 Elemente (10% der Elemente des Code de Pointage) bereits 60% der Elemente ausmachen, die in den Übungen bei großen Wettkämpfen gezeigt werden.



## Symbole für Boden

### Einführung

Eine Bodenübung setzt sich vorrangig aus miteinander kombinierten Saltos, mehrfachen Saltos und nicht-akrobatischen Elementen zusammen. Dies bedeutet, dass für das Festhalten von komplexen Symbolen wenig Zeit bleibt, was oft dazu führt, dass einfache A-Elemente nicht notiert werden.

Elemente am Boden legen eine Reihe von Prinzipien fest, die an den anderen Geräten ebenfalls relevant sind, z.B. in Bezug auf Saltos und Drehungen.

Aufgrund der dynamischen Natur einer Bodenübung ist es wichtig dass Richtung, Körperposition und Art des Elements akkurat notiert werden.

In Anlehnung an das generelle Prinzip der Symbolschrift werden am Boden einige Annahmen gemacht, um den Schreibaufwand zu vereinfachen und zu minimieren. Diese Annahmen werden im Abschnitt der Elementgruppen detaillierter erläutert:



1. Alle Halteelemente werden für 2 Sekunden gehalten.
2. Mehrfache Saltos werden meist gehockt, einfache Saltos mit Schrauben meist gestreckt geturnt. In beiden Fällen wird die Körperposition nicht durch ein zusätzliches Symbol ausgewiesen.
3. Falls keine Zwischenposition notiert wird, wurden Positionen direkt erreicht.

Wie im allgemeinen Teil beschrieben, bilden die häufigsten Elemente die Kernsymbole und seltenere Elemente enthalten zusätzliche Komponenten, z.B. Körperposition. Die einfachste Notation wurde für die Kernsymbole verwendet.

### Elementgruppe Eins

Diese Elementgruppe umfasst nicht-akrobatische Elemente und beinhaltet Heben zum Handstand, Sprünge und Kreisflanken. Bestimmte Elemente sind in den meisten Übungen enthalten und diese bilden die Kernelemente mit minimalem Schreibaufwand.

**Heben und Halten** – Wie bereits erwähnt wird vorausgesetzt dass alle Halteelemente gehalten werden und daher ist das in der Vergangenheit genutzte (o) nicht mehr notwendig. Jedoch wird ein (X) unter das Symbol notiert, falls der Turner ein Element nicht hält. Symbol 1 zeigt einen gehaltenen Spitzwinkelstütz, wohingegen Symbol 2 einen nicht gehaltenen Spitzwinkelstütz darstellt.

S1  	S2  
---	---



Für eine große Mehrheit der Halteelemente, aus denen in ein weiteres Halteelement gehoben wird, geschieht dies direkt und mit einer einfachen Aufwärtsbewegung. In diesen Fällen werden die Haltepositionen nebeneinander notiert. Es wird also vorausgesetzt, dass diese direkt miteinander verbunden sind und für das Heben wird dann kein weiteres Symbol benötigt. S1 zeigt das Heben in den Handstand aus dem Spagat, S2 das Heben aus dem Manna und S3 das Heben aus der Stützwaage.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

**Sprünge (mit oder ohne Drehungen)** werden – außer in ihrer einfachsten Form – kaum gezeigt. Dennoch müssen diese notiert werden, da sie Auswirkungen auf die Anzahl an Elementen zum Abrollen oder in den Liegestütz haben. In der einfachsten Form bestehen sie aus einem Sprung aus dem Stand in den Liegestütz mit oder ohne Drehung.

S1 ist ein einfacher Sprung vorwärts in den Liegestütz, S2 ein Sprung rückwärts mit halber Drehung in den Liegestütz und S3 ein Sprung rückwärts mit Bücken in den Liegestütz (Endo). Es sei darauf hingewiesen, dass die Pfeilrichtung nach vorne oder hinten der Richtung des Absprungs entspricht.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

**Kreis- und Thomasflanken** treten häufig am Boden auf. Oft sind dabei 2 Elemente nacheinander zu sehen. Daher ist es wichtig, dass diese Elemente akkurat notiert werden, insbesondere ein Heben oder Senken zum/aus dem Handstand. Pauschenpferd-Symbole werden für einfache Kreis- und Thomasflanken sowie Wendeschwünge verwendet. Komplexere Elemente führen aus der Kreisflanke in den Handstand und wieder zurück – mit oder ohne Spindel. Um die Symbole zu vereinfachen werden die Auf- und Abwärtsbewegung nicht extra notiert unter der Annahme, dass diese Bewegungen notwendig sind um die Zwischen- und Endposition zu erreichen.

S1 zeigt eine Flanke zum Handstand, S2 Flanke zum Handstand und Senken zur Flanke und S3 Kreisfl. o. gespr. Kreisfl. i. d. Hdst. Senken i. d. Kreisfl. o. gespr. Kreisfl. (Gogoladze), Gespr. gespreizte Kreisfl. M. 180° Dreh. d. d. Hdst., Senken i. d. gespr. Kreisfl. S4 ist eine Flanke mit 1/1 Spindel, S5 Flanke 1/1 Spindel zum Handstand, S6 Flanke 1/1 Spindel zum Handstand mit Senken zur Flanke.

S1		S2		S3	
S4		S5		S6	



Russenwendeschwünge werden am Boden häufig geturnt und können simultan zum Übungsfluss notiert werden. S1-2 zeigt zwei bzw. drei Russenwendeschwünge, S3 zeigt wie ein einfacher diagonaler Strich durch das letzte „r“ einen unvollendeten Russenwendeschwung kenntlich macht.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

## Elementgruppe Zwei

Wie im allgemeinen Teil diskutiert, bestehen die Elemente dieser Gruppe aus Saltos vorwärts mit Drehungen und in verschiedenen Körperpositionen. Der gehockte Salto ist hier vorherrschend und dementsprechend das Kernsymbol, an das Drehungen, Körperpositionen und weitere Saltos angefügt werden. Das Symbol selbst wird in die Richtung des Elements notiert, also in Schreibrichtung. Die erste Symbolreihe zeigt einen Salto in drei Körperpositionen. Eine gestreckte Position entspricht einer Verlängerung des Symbols, um eine zusätzliche Bewegung mit dem Stift zu vermeiden.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

Weitere Saltos können angehängt werden. Die Körperposition wird, wie unten zu sehen, ebenfalls angehängt: Doppelsalto gehockt, gebückt, gestreckt.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

Viele Saltos vorwärts werden mit Drehungen, entweder in gehockter oder gestreckter Position geturnt. Die Drehung kann an das Symbol angehängt werden ohne den Stift abzusetzen, oder durch einen Diagonalstrich für eine 1/2 Drehung ergänzt werden. S1-3 zeigt einen Salto vorwärts gestreckt mit 1/1, 3/2 und 2/1 Drehungen. S4-6 Salto vorwärts gehockt mit 1/1 Drehung, 1/2 Drehung und Doppelsalto mit 1/2 Drehung.

S1		S2		S3	
S4		S5		S6	

Saltos vorwärts können auch in den Liegestütz oder zum Abrollen führen. Der Salto vorwärts in den Liegestütz ist unten in S1-3 in gehockter, gebückter und gestreckter Position gezeigt. Dies ist kein 3/2



Salto, sodass ein zweiter Salto mit diagonalem Strich nicht extra notiert werden muss. Hier wird vorausgesetzt, dass der Turner direkt aus dem Salto in die Liegestützposition übergeht. Ein Salto zum Abrollen kann ebenfalls vereinfacht werden, indem der entsprechende Pfeil angehängt wird: S4 gehockt, S5 gebückt, S6 gestreckt.

S1		S2		S3	
S4		S5		S6	

Ein wichtiges symbol, Überschlag vw., können den inhalt wert von einer übung möglicherweise ändern und wird oft übersehen. Siehe symbol unten:



## Elementgruppe Drei

Analog zu EG2 besteht EG3 vorwiegend aus Saltos rückwärts in verschiedenen Positionen, mit oder ohne Drehungen. Die Prinzipien sind konsistent; die einzig relevante Abweichung ist, dass für den einfachen Salto eine Rückwärtsbewegung des Stifts nötig ist. S1-3 zeigt einen einfachen Salto rückwärts in verschiedenen Körperpositionen; wiederum entspricht die gestreckte Position einer Verlängerung des Symbols. S4-6 zeigt die entsprechenden Doppelsaltos.

S1		S2		S3	
S4		S5		S6	

Die Mehrheit aller Saltos rückwärts mit Drehungen wird in gestreckter Position geturnt. Die Verlängerung des Salto-Symbols geht somit direkt in das Symbol für die Drehung über. Halbe Drehungen können durch einen Strich durch die letzte Drehung gekennzeichnet werden. S1-4 stellt einen gestreckten Salto vorwärts mit 1/1, 2/1, 5/2 bzw. 3/1 Drehungen dar.

S1		S2		S3		S4	
----	--	----	--	----	--	----	--



Die komplexeren Elemente dieser Elementgruppe beinhalten mehrere Drehungen mit mehreren Saltos. Die bisher diskutierten Prinzipien werden zusammen angewandt um diese Elemente zu notieren. S1-3 zeigt einen Doppelsalto mit 1/1, 2/1 und 3/1 Drehungen. S4-6 einen Doppelsalto gestreckt mit 1/1, 2/1 und 5/2 Drehungen.

S1		S2		S3	
S4		S5		S6	

Einige weitere Elemente sollen hier gezeigt werden, um mehr Klarheit zu schaffen. Als erstes der einfache Flick-Flack (S1). Als zweites ein Temposalto (S2), der oft in Verbindung geturnt wird, um einen Verbindungsbonus zu erhalten. Als drittes einen Salto gestreckt in den Spagat (S3), der selten geturnt wird; die Symbole sollten möglichst nah zueinander notiert werden um den direkten Übergang hervorzuheben.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

## Elementgruppe Vier

Diese Gruppe besteht vorwiegend aus Twist- und Seitwärtssaltos mit und ohne Abrollen. Zunächst soll der Twistsalto oder Sprung rückwärts mit Drehung(en) abgedeckt werden. Wie in S1 gezeigt, besteht das alte Symbol aus einem Pfeil mit einem Salto und einem Strich um zu demonstrieren, dass es sich um eine halbe Drehung handelt. Unser Ziel ist es, den Schreibaufwand (5 separate Stiftbewegungen) zu verringern, indem das Symbol für die halbe Drehung und der Pfeil durch ein „a“ ersetzt werden. Das vereinfachte Symbol ist in S2 dargestellt. S3-4 zeigt einen Twistsalto in gebückter und gestreckter Körperposition.

S1		S2	
S3		S4	

Dieses Prinzip erfasst auch Twistsaltos mit mehreren Saltos: S1-3 Doppeltwist gehockt, gebückt, gestreckt. Diese Elemente werden oft mit 1/2 Drehung (S4) und gebückt mit 1/2 Drehung geturnt (S5).



S1		S2		S3	
S4		S5			

Diese Gruppe enthält auch komplexe Abroll-Elemente, die in unterschiedlichen Formen von verschiedenen Turnern gezeigt wurden und nach diesen benannt sind. In ihrer einfachsten Form können sie durch den einfachen Pfeil, der dem Abrollen entspricht, symbolisiert werden. S1 zeigt eine Twist(-Hecht)rolle, S2 dasselbe Element mit zusätzlicher 1/1 Drehung und S3 einen Twistsalto zum Abrollen. Mit erhöhter Komplexität können die Initialen des Erfinders verwendet werden; ein Thomas (S4) wird als „Th“ notiert. Für die gestreckte Variante (S5) wird das Symbol entsprechend verlängert.

S1		S2		S3	
S4		S5			

Der Seitwärtssalto ist seltener zu sehen und kann in analoger Weise durch ein zusätzliches „S“ vereinfacht werden. S1 Seitwärtssalto gestreckt, S2 Doppelsalto seitwärts, S3 Doppelsalto seitwärts gebückt.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

## Vollständige Übungen

Wir haben einige Kernprinzipien und -symbole definiert, die es uns nun ermöglichen, Übungen vollständig mitzuschreiben.

Übung – Flick-Flack, Doppelsalto rückwärts gestreckt mit 2/1 Drehungen. Salto vorwärts gestreckt mit 1/1 Drehung, Doppelsalto vorwärts gehockt. Thomas gestreckt. Temposalto, Salto rückwärts mit 3/2 Drehungen, Salto vorwärts mit 3/2 Drehungen. Aus dem Spagat Heben in den Kreuzhandstand, Doppeltwist gebückt.

--	--	--	--	--	--	--	--	--	--	--



## Symbole für Pauschenpferd

### Einführung

Eine Pauschenpferdübung besteht aus einer Vielzahl an Stützpositionen auf allen Teilen des Pferds. Diese Stützpositionen umfassen Kreisflanken mit gespreizten und geschlossenen Beinen, Einbeinschwünge und/oder Scheren, sowie Schwünge durch eine Handstandposition mit oder ohne Drehungen.

Der Übungsfluss bzw. Schwung sollte zu keinem Zeitpunkt unterbrochen werden. Bei der Verwendung der Symbolschrift gibt es somit keine Pause, wie auch an Ringen und Barren. Die verwendeten Symbole müssen unbedingt intuitiv und so einfach wie möglich sein. An diesem Gerät werden zwischen 15-20 Elemente vorrangig genutzt und bilden demnach den Kern der Symbole die wir verwenden werden.

Das Pauschenpferd hat nur wenige Symbole mit den anderen Geräten gemeinsam, z.B. gibt es keine Saltos, Rollen etc. Dennoch werden die Symbole von Elementen am Pauschenpferd auch für andere Geräte verwendet, z.B. für Flanken, Russenwendeschwünge etc.

Es ist wichtig dass der Kampfrichter die Elemente einer modernen Pauschenpferdübung und deren Konstruktion gut kennt, da es ihm so leichter fällt die Elemente zu antizipieren.

Es ist häufig schwierig zu erkennen wo ein Element aufhört und das nächste beginnt, da viele Elemente aus mehreren Einzelementen zusammengesetzt sind. Die generelle Regel am Pauschenpferd lautet stest simultan zur Übung des Turners mitzuschreiben; am Ende der Übung werden die Notizen dann durchgegangen, um alle geturnten Elemente zu identifizieren. Auch hier gibt es keine Möglichkeit den Blick nach unten zu richten, da ein einziger Stütz mit der Hand den Wert eines Elements verändern kann.

Die Zwischenpositionen zu verstehen und die Symbole zu vollenden solange die Elemente noch geturnt werden, ist ebenfalls schwierig. Es ist nicht immer notwendig zu notieren wo ein Element gezeigt wird, z.B. auf einer Pausche, da das vorangehende Symbol verdeutlicht wo der Turner beginnt, z.B. Querwandern auf eine Pausche zur Flanke auf einer Pausche.

In Anlehnung an das generelle Prinzip der Symbolschrift werden am Pauschenpferd einige Annahmen gemacht, um den Schreibaufwand zu vereinfachen und zu minimieren. Diese Annahmen werden im Abschnitt der Elementgruppen detaillierter erläutert:

1. Solange nicht anders dargestellt, wird vorausgesetzt dass Wanderelemente in Vorwärtsrichtung und im Querstütz ausgeführt werden.
2. Alle Elemente sollten im Stütz vorlings enden, der nicht extra gekennzeichnet werden muss.
3. Bei Handständen kann vorausgesetzt werden, dass diese direkt aus dem vorherigen Element erreicht wurden.





Wie im allgemeinen Teil beschrieben, bilden die häufigsten Elemente die Kernsymbole und seltenere Elemente enthalten zusätzliche Komponenten, z.B. Körperposition. Die einfachste Notation wurde für die Kernsymbole verwendet.

Um den Schreibaufwand zu vereinfachen, werden „Elemente mit Namen“ nach Möglichkeit mit den Initialen des Erfinders symbolisiert.

## Elementgruppe Eins

Diese Gruppe deckt Scheren und Einbeinschwünge ab. In modernen Pauschenpferdübungen dominieren in dieser Gruppe Scheren mit Drehungen und Scheren zum Handstand – die Kernsymbole. Andere schwierige Elemente werden kaum gezeigt und einige Standardsymbole sind zu komplex um sie zu verwenden.

Zunächst ein Blick auf die einfache Schere vorwärts und rückwärts, symbolisiert durch ein simples (**X**); Aufgrund der Annahme, dass der Turner im Stütz beginnt und endet, müssen Ausgangs- und Endposition nicht dargestellt werden. Nehmen wir an, das Kernelement ist die Schere vorwärts (**X**), dann wird eine Schere rückwärts durch zusätzliche Notation kenntlich gemacht. Eine halbe Drehung wird durch das entsprechende Symbol mit Diagonalstrich notiert. Element 1.14 wird häufig gezeigt, ist aber mit zwei 1/4 Drehungen in seiner aktuellen Form schwer mitzuschreiben (9 separate Handbewegungen). Das Element ähnelt einer 1/1 Drehung, weshalb dieses Symbol zur Vereinfachung genutzt wird.

	Keine Drehung	1/2 Drehung	1/4 Drehung vw. & 1/4 Drehung rw. = „1/1 Drehung“
Schere vorwärts	X	X $\mathcal{E}$	X $\mathcal{E}$
Schere rückwärts	X $\circ$	X $\circ\mathcal{E}$	X $\circ\mathcal{E}$

Die Schere zum Handstand wird sehr häufig auf internationalem Niveau geturnt, wobei die einfachsten Varianten die Schere vorwärts (Li Ning) und Schere rückwärts zum Handstand sind. Unter zwei grundlegenden Voraussetzungen vereinfacht sich das Elementsymbol. Erstens wird der Handstand direkt aus der Schere erreicht und zweitens kehrt der Turner in den Stütz zurück. Wie unten gezeigt, können die alten Symbole mit diesen Annahmen erheblich vereinfacht werden. Weitere Scheren, die regelmäßig geturnt werden, beinhalten ein Springen über 2/3 oder 3/3 des Pferds. Zur Repräsentation dient hier ein horizontaler Pfeil, wie unten gezeigt.



	Alt	Vereinfacht		
Schere vorwärts zum Handstand			Schere vorwärts mit 3/3 Wandern	
Schere rückwärts zum Handstand			Schere vorwärts mit Springen seitwärts	

## Elementgruppe Zwei

EG2 enthält Flanken, Spindeln und Handstandelemente. Einige Schlüsselprinzipien in dieser Gruppe legen die Kernsymbole für eine Reihe von Elementen am Pauschenpferd fest.

**Einfache Kreis- und Thomasflanken** sind unten gezeigt und besitzen an allen Geräten die selben Symbole. Die Position auf dem Pferd muss nur selten dargestellt werden. Werden alle Elemente, die der Turner zeigt notiert, so wird auch klar, wo er eine Flanke geturnt hat, z.B. direkt zwischen Magyar und Sivado. Falls Flanken einzeln gezeigt werden, können zusätzliche Symbole hinzugefügt werden, um den Stütz auf einer Pausche (o), mit Händen außerhalb der Pauschen (=), oder beiden Händen zwischen den Pauschen (II) zu symbolisieren.

	Auf einer Pausche	Außerhalb der Pauschen	Zwischen den Pauschen
Jede Kreisflanke			
Thomasflanke			

**Spindeln** werden häufig genutzt um den Schwierigkeitswert zu erhöhen und meist am Ende des Pferds innerhalb von zwei Flanken geturnt. Die ganze Spindel in zwei Flanken wird am häufigsten geturnt und daher in der einfachsten Form notiert. Wo das Element gezeigt wurde geht wiederum aus der Übungsmitschrift hervor, dennoch kann für mehr Genauigkeit die schon bekannte Notation verwendet werden, z.B. (II) für Stütz zwischen den Pauschen. Ein diagonaler Strich durch das Symbol symbolisiert eine 1/2 Spindel oder auch eine dritte Flanke zum Vollenden einer 1/1 Spindel.

Halbe Spindel	Ganze Spindel	1/4 Spindel	1/1 Spindel zwischen Pauschen



**Handstandelemente** können während und am Ende der Übung geturnt werden. Die Prinzipien ändern sich nicht; auch hier können vereinfachende Annahmen gemacht werden. Zunächst wird der Handstand direkt erreicht und das Element endet mit einer Flanke oder im Stütz. Die Ausgangsposition folgt aus der Übungsmitschrift und es ist wichtig, ob das Element ein gesprungenes Wandern beinhaltet. Elemente mit gesprungenem 1/3 Wandern sind mit einem Pfeil unter dem Symbol dargestellt. Falls das gesprungene Wandern 3/3 abdeckt, wird der Pfeil auf die gesamte Länge des Symbols verlängert. Der Busnari ist zu komplex um vollständig notiert zu werden, weshalb hierfür die Initialen des Erfinders verwendet werden.

Flanke zum Handstand	Flanke zum Handstand und Senken zur Flanke	Flanke mit gesprungenem Wandern zum Handstand	Busnari
f p	f p f	f p →	Sap ef Bu

## Elementgruppe Drei






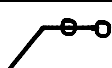


Diese Gruppe umfasst Wandern im Seit- und Querstütz. Im Prinzip folgt der Kampfrichter den Bewegungen des Turners und notiert diese. Die Flanken selbst müssen nicht dargestellt werden, da vorausgesetzt wird, dass der Turner mit Flanken über das Pferd wandert.

**Wanderelemente im Querstütz** sind in den meisten modernen Übungen enthalten und sind daher die Kernsymbole. Das Querwandern vorwärts (Magyar) – obere Reihe – ist das Basissymbol und benötigt keine Zusätze. Das Querwandern rückwärts (Sivado) – darunter – wird mit einem Symbol für die Rückwärtsrichtung erweitert. Wanderelemente werden aus einfachen Linien zusammengesetzt, die einfache „Schritte“ von einem Pferdteil zum anderen symbolisieren, z.B. vom Leder auf die Pauschen und zurück auf das Leder. Teile des Pferds können dabei nicht berührt werden, was wiederum aus der Gestalt des Symbols deutlich wird.

Wandern auf die Pausche	2/3 Wandern	3/3 Wandern	Wandern auf Pausche + nach unten	Magyar, Sivado
Vorwärts /				
Rückwärts /○				













**Wanderelemente im Seitstütz** kommen als komplettes Wandern weniger häufig vor, müssen aber von den Wanderelementen im Querstütz unterschieden werden. Die Prinzipien für das Wandern vom Leder auf die Pausche und wieder herunter werden übernommen und ein einfaches (o) wird dem Symbol hinzugefügt um anzuzeigen, dass es sich um ein Wandern im Seitstütz handelt.

1/3 Wandern	3/3 Wandern	3/3 Wandern auf dem Leder	3/3 Wandern über die Pauschen
Vorwärts 			
Rückwärts 			

## Elementgruppe Vier

EG4 mit Kehr- und Wendeschwüngen ist eine komplexe Gruppe und verlangt die Hinzunahme weiterer Symbole zur Darstellung der Schlüsselemente. Die Symbole vieler Wanderelemente mit Drehungen wurden auf Basis des Namens ihrer Erfinder vereinfacht. Aneinander gereichte Flanken und Stöcklis auf einer Pausche bilden Flopsequenzen. Wir müssen zunächst die einfachen Symbole verstehen, um daraus höherwertige Elemente zu konstruieren.

**Russenwendeschwünge und Stöcklis** sind Hauptbestandteile jeder modernen Übung und ihre Symbole sollten so weit wie möglich vereinfacht werden. Ein Russenwendeschwung hat die gleiche Struktur, egal wo er geturnt wird, sodass der Kampfrichter anhand der Übungsmitschrift die Wertigkeit bestimmen kann. Das Prinzip, simultan das zu notieren, was gerade geturnt wird, trifft hier zu; anstatt auf das Ende des Elements zu warten und dann „72“ oder „90“ zu schreiben (altes Symbol) sollte der Kampfrichter für jeden gezeigten Russenwendeschwung ein (r) notieren. Selten geturnte Russenwendeschwünge auf beiden Pauschen hätten ein (-) unter dem r. Ein Stöckli B wird meist in Flopsequenzen gezeigt und das (s) wird so zum Kernsymbol, aus dem sich andere Symbole ableiten.

	180° Russenw.	360° Russenw.	720° Russenw.	1080° Russenw.
Russenwendeschwung auf dem Leder				
Russenwendeschwung auf einer Pausche				
	Stöckli B	Stöckli A		
Stöcklis				



**Kehr- und Wendeschwünge mit Wandern** sind komplex und manchmal schwierig zu notieren. Im Allgemeinen gibt es verschiedene Variationen mit unterschiedlichen Wertigkeiten, sodass der Kampfrichter diese lernen muss. Der Kampfrichter kann das Symbol dann durch die Initialen des Erfinders abkürzen. Dies ist sinnvoller, da die Verwendung der vollen Symbole zu komplex wäre. Hier einige Beispiele der gebräuchlichen Symbole, orientiert am Erfinder.

Urzica	Moguilny	Belenki	Tong Fei	Wu Guonian	Roth
Ur	Mo	Be	Tf	Wu	Ro

**Flopsequenzen** kombinieren Flanken im Seit- oder Querstütz sowie Stöckli B und A. Kombinierte Sequenzen beinhalten Flanken oder Stöcklis und Russenwendeschwünge. Nachdem wir zunächst die grundlegenden Symbole definiert haben, die diesen Sequenzen zugrunde liegen, resultieren die kombinierten Symbole nun unmittelbar daraus. Insbesondere folgen sie dem Prinzip, simultan das zu notieren was gerade geturnt wird.

D	E	F	G
Flop ssl	ssll		
Kombinierte Sequenz llr	ssr	ssrr	llrrr

## Elementgruppe Fünf

Die Abgangs-Gruppe besteht aus spezifisch benannten Abgängen, z.B. Schwabenflanke zur Wende, Chaguinian, oder die Abgänge setzen sich aus kombinierten Elementen zusammen, um den Wert zu erhöhen. Alle notwendigen Elemente wurden bereits definiert, sodass simultan das notiert werden kann was geturnt wird und daraus der Wert des Abgangs bestimmt wird. Für Russenwendeschwünge als Abgang treffen die Prinzipien aus EG 4 zu, d.h. das Symbol (r) wird verwendet. Selbstverständlich werden diese auch als Abgang erkannt, da sie das letzte notierte Element darstellen.

Flanke zum Handstand	Flanke gesprungen zum Handstand	DSA zum Handstand	DSA zum Handstand mit 3/3 Wandern	DSA zum Handstand mit 450° Drehung	DSA zum Handstand, 3/3 Wandern, 450° Drehung
f <sub>p</sub>	f <sub>↑</sub> p <sub>→</sub>	s <sub>a</sub> p	s <sub>a</sub> <u>p</u>	s <sub>a</sub> pε <sub>+</sub>	s <sub>a</sub> <u>p</u> ε <sub>+</sub>



## Vollständige Übungen

Wir haben einige Kernprinzipien und -symbole definiert, die es uns nun ermöglichen, Übungen vollständig mitzuschreiben. Die erste Übung stellt eine einfache Juniorenübung dar, die zweite eine Übung auf internationalem Niveau. Beide sind mit ausschließlich anerkannten Elementen dargestellt.

Übung 1 – Schere vorwärts, Schere rückwärts, Kreisflanke im Seitstütz, Tschechenkehre, Querwandern rückwärts 1/3, Kreisflanke im Querstütz, Stöckli B, Stöckli A, Wandern im Seitstütz, Russenwendeschwung 720° als Abgang.

X	X <sub>o</sub>	L	c	o	L	S	S <sub>a</sub>	o	rr
---	----------------	---	---	---	---	---	----------------	---	----

Übung 2 – Schere vorwärts zum Handstand, Schere rückwärts zum Handstand, E Flop, Stöckli + Russenwendeschwung 720° auf einer Pausche, Wu Guonian, Russenwendeschwung 1080°, Magyar, Sivado, Querwandern auf eine Pausche & Querflanke auf 1 Pausche, DSA zum Handstand, 3/3 Wandern, 450° Drehung

X <sub>h</sub>	X <sub>o</sub> <sub>h</sub>	SSLL	SSr	W <sub>u</sub>	rrr	M	M <sub>o</sub>	/L <sub>o</sub>	S <sub>a</sub> E <sub>+</sub>
----------------	-----------------------------	------	-----	----------------	-----	---	----------------	-----------------	-------------------------------



## Symbole für Ringe

### Einführung

Eine heutige Ringeübung setzt sich vorwiegend aus Schwung zu Kraft- und Kraftelementen zusammen, wobei die meisten Turner zwischen 5 und 8 Haltelemente zeigen. Diese Haltelemente verschaffen dem Kampfrichter genug Zeit, die Übung akkurat in Symbolschrift festzuhalten.

Aufgrund der Anforderungen an eine Ringeübung ist es wichtig, dass Richtung und Art der Bewegung genau notiert werden. Insbesondere muss aus der Notation hervorgehen ob eine Sequenz aus Kraftelementen durch ein Schwungelement mit mindestens B-Wert unterbrochen wurde.

In Anlehnung an das generelle Prinzip der Symbolschrift werden an den Ringen einige Annahmen gemacht, um den Schreibaufwand zu vereinfachen und zu minimieren. Diese Annahmen werden im Abschnitt der Elementgruppen detaillierter erläutert:

1. Alle Haltelemente werden für 2 Sekunden gehalten.
2. Alle Schwünge zum Handstand werden für 2 Sekunden gehalten.
3. Stütz- und Hangpositionen werden im Allgemeinen nicht notiert.

Wie im allgemeinen Teil beschrieben, bilden die häufigsten Elemente die Kernsymbole und seltenere Elemente enthalten zusätzliche Komponenten.

### Elementgruppe Eins

EG1 umfasst Elemente aus dem Schwung in den Schwung, aus dem Schwung in den Stütz, aus dem Stütz in den Schwung und aus dem Hang in den Schwung/Stütz. Der Kampfrichter muss ein gutes Verständnis entwickeln, um die korrekte Ausführung zu erkennen und mit Symbolen festzuhalten.

In Bezug auf Ausgangs- und Endpositionen werden hier bestimmte Annahmen gemacht, um die Zeit zu reduzieren, die der Kampfrichter für die Notation benötigt. Grundsätzlich werden die Symbole für Hang ( i ) und Stütz ( ! ) bei Elementen, die aus dem Hang in den Stütz führen nicht notiert. Die Stimme vorwärts in den Stütz (A-Element) ist ein gutes Beispiel; sie kommt aus dem Hang und endet im Stütz. Das erste Symbol zeigt das Element mit seinem vollständigen Symbol, das 6 separate Stiftbewegungen benötigt. Für Symbol 2 sind in der einfachen Form nur 2 Stiftbewegungen nötig.

1.      i —+ !	2      —+
----------------	-----------

An den Ringen ist die Richtung eines Schwungs wichtig, um Elemente zu differenzieren und dem Kampfrichter beim Rekapitulieren der Übung zu helfen. Eine einfache Notation (vertikaler Strich) auf



der linken Seite eines Symbols repräsentiert einen Rückschwung, auf der rechten Seite einen Vorschwung. S1 ist eine Stemme rückwärts und S2 eine Stemme vorwärts (E1).

1.	2.
----	----

Dasselbe Prinzip kann auf die einfache Kippe in den Stütz angewandt werden. Symbol 1 ist eine Kippe rückwärts (Kreuzkippe) in den Stütz (E61), mitsamt dem alten, komplizierteren Symbol und Symbol 2 stellt eine Kippe vorwärts in den Stütz dar (E55). Wie bereits erläutert, werden die Symbole für Hang und Stütz weggelassen, was das Symbol für die Kreuzkippe in den Stütz deutlich vereinfacht.

1.	2.
----	----

Weitere Kernelemente aus EG 1 sind Einkugeln, Schleudern, Honma und Li Ning Schwünge, die alle unten in der vereinfachten Version mitsamt ihrem alten, komplexeren Symbol dargestellt sind.

--	--	--	--	--	--	--	--

Für Schwungelemente mit Saltos vorwärts oder rückwärts wird das Prinzip den Namen des Erfinders für das Symbol zu verwenden nicht angewandt, da nicht alle dieser Elemente einen Urheber haben, was zu Verwirrung führen könnte. Beide Varianten folgen dem Prinzip der Notation von Saltos rückwärts und vorwärts mit einem Zusatz am Ende um die Körperposition darzustellen. Für die gehockte Position gibt es keine Zusatz-Notation. Symbol 1 zeigt Vorwärtselemente, Symbol 2 Rückwärtselemente und Symbol 3 Rückwärtselemente in die Li Ning Hangposition. Es sei darauf hingewiesen, dass nun Li Ning's Vor- und nicht, wie im letzten Code de Pointage, sein Nachname verwendet wird. Dadurch kann das Symbol in einer einzelnen Stiftbewegung geschrieben werden und eine Verwechslung mit dem Winkelstütz bleibt ausgeschlossen.

	Doppelsalto gehockt	Doppelsalto gebückt	Doppelsalto gestreckt
1.			
2.			
3.			





## Elementgruppe Zwei

Diese Gruppe enthält Schwungelemente direkt in den Handstand. Zwei Elemente dominieren diese Gruppe, die Riesenfelge vorwärts und rückwärts. Momentan sind in den Wertungsvorschriften zwei sehr unterschiedliche Symbole für zwei sehr ähnliche Elemente enthalten. Um die Vereinheitlichung über die Geräte hinweg zu gewährleisten, wurde wiederum ein einfacher Kreis mit horizontaler Linie rechts für einen Vorschwung (S1) und links für einen Rückschwung (S2) gewählt. Dieses Prinzip wird auch am Reck und am Barren angewandt.

S1		S2	
----	--	----	--

Diese Gruppe enthält auch das gebückte und gestreckte Honma-Element mit direktem Rückschwung zum Handstand. Hier ein Beispiel wie die Annahme, dass der Turner direkt aus einer Position in die Endposition gelangt, die zusätzliche Notation eines „Schwungs“ überflüssig macht. S1 zeigt ein (h) für Honma und das Symbol der Handstandposition, S2 dasselbe Element in gestreckter Honma-Position.

S1		S2	
----	--	----	--

## Elementgruppe Vier (EG 3 später, mit den Positionen dieser Gruppe aus dem Schwung)

Diese Gruppe beinhaltet Kraft- und Halteelemente. Diese werden zuerst diskutiert, da sie verstanden sein müssen bevor zu den Schwung- zu Kraftelementen übergegangen wird. Viele der Symbole für diese Elemente sind an allen Geräte identisch.

Es wird vorausgesetzt, dass alle Halteelemente für die Mindestdauer gehalten werden und daher ist das Symbol (o) für Haltezeit nicht notwendig. Falls kein Halt erkennbar ist, kann ein (X) unter das Symbol notiert werden, um die Nichtanerkennung zu verdeutlichen.

Einfache Halteelemente sind unten gezeigt: S1 – Winkelstütz, Grätschwinkelstütz, Spitzwinkelstütz und Hangwaage vorlings (Das Symbol zeigt den Körper nach vorn orientiert). S2 – Hangwaage rücklings, Stützwaage gegrätscht, Stützwaage, Schwalbe. S3 – Kreuzhang, Kreuzhang mit Vorhalte, Kopfkreuz, Schwalbe umgekehrt.

S1				
S2				
S3				



Diese Gruppe umfasst auch Elemente, die von einer Krafthalte in eine andere führen und aus dem Hang oder Stütz in ein Kraftelement. Meist handelt es sich um ein langsames Heben aus einer tieferen in eine höhere Position. Es wird hier vorausgesetzt, dass der Turner aus einer Position in eine andere hebt. Daher muss kein zusätzliches Symbol für das Heben notiert werden.

Der Übergang von einem Halteelement in ein anderes geschieht direkt und die Kampfrichter haben genug Zeit, dies akkurat mitzuschreiben. S1 – Aus dem Kreuzhang Heben in den Winkelstütz, Kreuzhang in die Stützwaage, Kreuzhang in die Schwalbe. S2 – Stützwaage in das Kopfkreuz, Schwalbe in das Kopfkreuz, Schwalbe in die Stützwaage.

S1	† L	† →	† m
S2	→ †	m †	m →

Einige Elemente führen von Halte- zu Halteposition und bilden ein einzelnes Element, basierend auf der Körperposition. Dies muss präzise notiert werden. S1 – Winkelstütz in das Kopfkreuz (gestreckter Körper), Kreuzhang in das Kopfkreuz (gebückter Körper), Kreuzhang in das Kopfkreuz (gestr. Körper).

S1	L †	† v †	† †
----	-----	-------	-----

Andere Elemente starten in einer Hangposition und enden mit einem Halteelement; wieder andere führen zunächst nach unten und erneut nach oben. Dies muss mitgeschrieben und in manchen Fällen muss insbesondere die Richtung notiert werden, um die Wertigkeit sicherzustellen. S1 – Aus dem Hang Heben in den Stütz (selten gezeigt), aus dem Hang in den Kreuzhang, aus dem Hang in die Schwalbe, S2 – Aus der Schwalbe Senken zur Hangwaage rl. und Heben in die Schwalbe, Hangwaage rücklings Heben in die Schwalbe, Kopfkreuz Senken in den Sturzhang und Heben in die Schwalbe.

S1	i 1 †	i 1 †	i 1 m
S2	m ↓ m	→ 1 m	† ↓ m

Diese Gruppe enthält auch Elemente mit langsamen Felgen. Diese sind oft höherwertig als die gleichen Elemente, wenn sie aus der Kippe geturnt werden. Meistens werden sie mit gestrecktem Körper ausgeführt, sodass lediglich eine gebückte Körperposition zusätzlich notiert werden muss. Ein rundes Symbol wird verwendet, wobei der Pfeil die Richtung des Elements angibt und anzeigt, dass es langsam ausgeführt wird und kein Saltoelement ist. Es wird vorausgesetzt, dass es sich um langsame Felgen handelt, da Saltos an den Ringen nicht mit Halte-Elementen kombiniert werden.



S1 – Aus dem Stütz langsame Felge vorwärts in den Stütz, in den Handstand, in das Kopfkreuz.  
 S2 – Aus dem Stütz langsame Felge rückwärts in den Stütz, in den Handstand, in die Stützwaage.

S1	$\delta$	$\delta  $	$\delta \vdash$
S2	$e$	$e  $	$e \rightarrow$

Einige Elemente dieser Gruppe folgen diesen Kernprinzipien und sind nach ihrem Erfinder benannt. Die Verwendung des entsprechenden Symbols ist möglich, da es nur 4 solche Elemente gibt. Es wäre jedoch sinnvoller sich an die Prinzipien zu halten. S1 – Pineda (Hangwaage vorlings in den Kreuzhang), Bhavsar (Hangwaage vorlings zur Schwalbe), Azarian (Felge rückwärts in den Kreuzhang), Nakayama (Hangwaage rücklings zum Kreuzhang).

S1	$\leftarrow \vdash$	$\leftarrow m$	$e \vdash$	$\rightarrow \vdash$
----	---------------------	----------------	------------	----------------------

## Elementgruppe Drei

Ein wesentlicher Bestandteil jeder Übung sind Schwung- zu Kraftelemente. 25 Elemente verwenden dabei 6 zentrale Schwungelemente, um die Endposition zu erreichen: Stemme vorwärts/rückwärts, Kippe/Kreuzkippe, Li Ning und Felgschwünge. Die Symbole der 6 zentralen Schwungelemente wurden bereits in EG1 behandelt. Die finalen Haltepositionen finden sich in EG4, sodass die Symbole der EG3 eine einfache Verbindung der Symbole der EG4 und EG6 sind.

Stemme vorwärts in ein Halteelement: S1 – in den Kreuzhang, Spitzwinkelstütz, Schwalbe umgekehrt. Zwischenpositionen werden nicht notiert. S2 – Li Ning zum Kreuzhang, Li Ning a. d. Stütz z. Kreuzhang.

S1	$\dashrightarrow \vdash$	$\dashrightarrow \updownarrow$	$\dashrightarrow \omega$
S2	$\updownarrow \vdash$	$\downarrow \updownarrow \vdash$	

Eine Felge rückwärts ermöglicht eine Reihe von Kombinationen. Wieder müssen keine Zwischenpositionen notiert werden. S1 – Felge in die Stützwaage gegrätscht, Stützwaage, Schwalbe. S2 – Felge in den Kreuzhang, Kopfkreuz.

S1	$f \rightarrow$	$f \dashrightarrow$	$f m$
S2	$f \vdash$	$f \updownarrow$	



Eine Stemme rückwärts sollte direkt in die Halteposition führen. Die Hangposition und das Symbol für Haltezeit müssen nicht extra notiert werden. Wir setzen voraus, dass ein Stopp auftritt und das Element direkt aus einem anderen heraus geturnt wurde. S1 – Stemme rückwärts in die Stützwaage gegrätscht, Stützwaage, Schwalbe. S2 – Stemme rückwärts in den Kreuzhang, Kopfkreuz.

S1			
S2			

Schließlich werden noch die Symbole für Kippe und Kreuzkippe verwendet, wobei die Linien nach rechts oder links die Art bzw. Richtung der Kippe angeben. S1 – Kippe in den Spitzwinkelstütz, Kreuzhang, Schwalbe umgekehrt. S2 – Kreuzkippe in die Stützwaage, Schwalbe, Kopfkreuz.

S1			
S2			

## Elementgruppe Fünf

Die Symbole der Abgangs-Gruppe orientieren sich an denen, die für die anderen Geräte verwendet werden, vorrangig festgelegt durch die Kernelemente am Boden.

Einfache Saltos mit mehreren Drehungen sind unten gezeigt. S1 – Salto vorwärts mit 1/1 Drehung, 2/1 Drehungen, 5/2 Drehungen. S2 – Salto rückwärts mit 1/2 Drehung, 2/1 Drehungen, 3/1 Drehungen.

S1			
S2			

S1 – Doppelsalto vorwärts, mit 3/2 Drehungen und gebückt mit 1/2 Drehung.

S2 – Doppelsalto rückwärts mit 1/1 Drehung, gestreckt und gestreckt mit 2/1 Drehungen.

S1			
S2			



## Vollständige Übungen

Wir haben einige Kernprinzipien und -symbole definiert, die es uns nun ermöglichen, Übungen vollständig mitzuschreiben.

Übung – Stemme rückwärts in die Schwalbe, Azarian, Heben in das Kopfkreuz, Yamawaki, Jonasson, Stemme rückwärts in das Kopfkreuz, Stemme rw. o. Riesenumschwung i. d. Handstand m. gestr. Armen (2s), Felgaufschwung m. gestr. Armen i. d. Handstand (2 s), Felgaufschwung mit gestreckten Armen durch den Handstand, Doppelsalto rückwärts gestreckt mit 1/1 Drehung.

+	m	e+	1+	∞	∞v
+	+	o	-o	o	ee/E



## Symbole für Barren

### Einführung

Eine moderne Barrenübung besteht vorwiegend aus Schwung- und Flugelementen. Die Elementgruppen ermöglichen eine Vielzahl an Elementen, wobei der Turner in einer Weltklasseübung mehrmals zwischen Stütz, Hang und Oberarmstütz hin und her wechselt.

Aufgrund der Komplexität der gezeigten Elemente müssen die Symbole so kurz und einfach wie möglich sein. Viele Elemente beginnen und enden im Handstand und beinhalten Drehungen sowie ein Springen, was eine vollständige Mitschrift in Echtzeit nahezu unmöglich macht. Dieses Problem wird in diesem Abschnitt anhand einiger Beispiele illustriert. Um die Notation zu vereinfachen wurden am Barren Symbole auf die Initialen des Erfinders verkürzt um den Schreibaufwand zu reduzieren.

In Anlehnung an das generelle Prinzip der Symbolschrift werden am Barren einige Annahmen gemacht um den Schreibaufwand zu vereinfachen und zu minimieren. Diese Annahmen werden im Abschnitt der Elementgruppen detaillierter erläutert:

1. Alle Elemente beginnen und enden im Handstand, sodass diese Position nicht zusätzlich notiert werden muss.
2. Handstandpositionen, die nicht gehalten werden müssen, werden nicht notiert.
3. Im Allgemeinen werden Stütz- und Hangpositionen nicht mitgeschrieben.

Um die Feststellungen aus dem allgemeinen Teil noch weiter zu führen, gibt es weitere gerätspezifische Annahmen, um die verwendeten Symbole zu kürzen:

1. Wenn ein Element im Stütz oder Oberarmhang enden kann, wird es meist in den Stütz geturnt. Dies ist dann das Kernelement, d.h. die Stützposition würde nicht zusätzlich notiert werden, wohl aber der Oberarmhang.
2. Die Mehrheit der geturnten Doppelsaltos endet im Oberarmhang, sodass diese Endposition hier nicht durch ein zusätzliches Symbol ausgewiesen wird.
3. Ein Kreis unter dem Elementsymbol verdeutlicht, dass es auf einen Holm geturnt wurde.

Wie im allgemeinen Teil beschrieben, bilden die häufigsten Elemente die Kernsymbole und seltenere Elemente enthalten zusätzliche Komponenten.

### Elementgruppe Eins

Diese Gruppe umfasst Elemente im oder durch den Stütz auf 1 oder 2 Holmen und ist die größte Elementgruppe am Barren. Um die verwendeten Symbole weiter zu vereinfachen müssen wir weitere Prinzipien anwenden, von denen einige auch für andere Geräte relevant sind.



Ein ( > ) bedeutet, dass ein Vorgrätschen geturnt wurde; ein Rückwärts Pfeil unter dem Symbol entspricht dann einem Rückgrätschen. Vor- bzw. Rückgrätschen aus Kippen und Stemmen führen oft direkt zum Handstand, für den somit kein zusätzliches Symbol nötig ist.

S1-3 Übergrätschen zum Winkelstütz, Rückgrätschen zum Stütz, Rückgrätschen zum Handstand.

S1	>L	S2		S3	>
----	----	----	--	----	---

Nun einige Beispiele für die Vereinfachung von Symbolen durch die Verwendung von Initialen: Stützkehre, Tippelt und Healy. Andere Elemente (zweite Reihe) erhalten den Namen des Erfinders, um das Symbol ebenfalls zu vereinfachen.

Diamidov d	Makuts Mk	Zonderland z

Der Salto rückwärts in den Handstand ist die Grundlage für eine Reihe von Elementen in EG1, deren Symbole auf dem einfachen Salto rückwärts gestreckt vom Boden basieren. Um konsistent zu bleiben und die Komplexität der verwendeten Symbole zu verringern, wird das Kernsymbol vom Boden übernommen und entsprechende Notationen für die Endposition hinzugefügt. S1 – Salto rückwärts zum Handstand. S2 – zum Handstand auf einem Holm. S3 – zum Vorgrätschen in den Stütz.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--

Am Barren werden viele Doppelsaltos gezeigt. Um den Schreibaufwand zu reduzieren wurden die am häufigsten gezeigten Elemente als Kernsymbole verwendet. In diesem Fall enden die meisten Elemente im Oberarmhang, für den folglich kein Symbol notiert werden muss. Weicht die Endposition vom Oberarmhang ab, so muss sie mitgeschrieben werden. S1 – Doppelsalto vorwärts gebückt in den Oberarmhang. S2 – 5/4 Salto vorwärts gegrätscht in den Beugestütz. S3 – 5/4 Salto vorwärts gegrätscht in den Hang.

S1		S2		S3	
----	--	----	--	----	--



Einige verschiedene Doppelsaltos werden vorrangig in den Oberarmhang geturnt. Auch hier reduzieren wir die Notation, indem wir annehmen, dass diese im Oberarmhang enden und in gehockter Position geturnt werden. Gezeigte Varianten: S1 – Doppelsalto rückwärts gehockt zum Oberarmhang. S2 – gebückt. S3 – gehockt mit 1/2 Drehung (Suarez).

S1	<i>ll</i>	S2	<i>llv</i>	S3	<i>llg</i>	<i>Su</i>
----	-----------	----	------------	----	------------	-----------

## Elementgruppe Zwei

Diese EG umfasst Elemente, die im Oberarmhang beginnen, wobei die Stemme vorwärts und rückwärts – die wir bereits von den Ringen kennen – hier vorherrscht. Wir nehmen an, dass ein Übergang mit Bewegung nach oben oder ein Springen geturnt wird. Um die Mitschrift zu vereinfachen können diese früher genutzten Zusatzsymbole nun weggelassen werden. In den meisten Fällen basieren die Elemente auf Elementen der EG1 und schließen sich an eine Stemme vw. bzw. rw. an.

S1 – Stemme vorwärts mit Rückgrätschen zum Handstand. S2 – zur Stützkehre. S3 – zum Doppelsalto rückwärts gebückt in den Oberarmhang. S4 – Stemme rückwärts mit Vorgrätschen in den Stütz. S5 – zum Handstand. S6 – zum Salto vorwärts gebückt.

S1	<i>—+&gt; </i>	S2	<i>—+S</i>	S3	<i>—+llv</i>
S4	<i>+—&gt;</i>	S5	<i>+— </i>	S6	<i>+—&gt;v</i>

## Elementgruppe Drei

EG3 besteht aus Elementen im Langhang auf 1 oder 2 Holme und besitzt 3 Kernelemente – den Moy, die Riesenfelge und die Kippe. In Analogie zu EG2 werden Elemente aus EG1 einem dieser 3 Kernelemente hinzugefügt um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen. Wenn wir wissen und verstehen wie diese Elemente konstruiert werden, können wir wiederum Zwischenpositionen weglassen und die Länge der verwendeten Symbole reduzieren.

Die Riesenfelge liegt den meisten Elementen dieser Gruppe zu Grunde. Ihr Symbol ( **O** ) wird oft in den Wertungsvorschriften verwendet. Der Unterschied am Barren ist, dass es keine Riesenfelge vorwärts gibt und der Strich (—) links des Symbols —**O** unnötig ist. Dadurch reduziert sich der Schreibaufwand.

S1 – Riesenfelge auf 1 Holm. S2 – zum Diamidov. S3 – zum Doppelsalto rw. gehockt. S4 – Tanaka. S5 – Moy in den Stütz. S6 – Tippelt. S7 – Tippelt zum Hang (Bhavsar). S8 – Tippelt mit Salto vorwärts.





S1	⊙	S2	⊙ <sub>d</sub>	S3	⊙ <i>ell</i>	S4	⊙ <sub>α</sub>
S5	⊙ <sub>M</sub>	S6	⊙ <sub>T</sub>	S7	Bh	S8	⊙ <sub>T</sub> <sub>α</sub>

Am Anfang der Übung oder zwischen zwei Elementen wird oft eine Kippe gezeigt. Wie auch an den Ringen und am Reck ist das Kernsymbol in den Stütz definiert. Um den Schwierigkeitsgrad zu erhöhen kann dieses Basiselement erweitert werden, insbesondere zu seitlichen Kippen an 1 Holm. Ein einfacher Kreis (ausgefüllt oder leer) wird unter das Symbol notiert, falls es auf 1 Holm geturnt wurde. S1 – Kippe. S2 – mit Rückgrätschen in den Handstand. S3 – (mit Rückschwung) in den Handstand. S4 – Seitkippe an 1 Holm in den Handstand.

S1	⌒	S2	⌒>	S3	⌒ <sup>1</sup>	S4	⌒ <sub>•</sub> ⌒
----	---	----	----	----	----------------	----	------------------

### Elementgruppe Vier

EG4 besteht lediglich aus 20 Elementen und enthält Unterschwünge aller Art. Neben dem einfachen Unterschwung dominiert die Felge diese Gruppe. Die einfache Felge kann mit zusätzlichen Drehungen und Saltos geturnt werden, sowie im Handstand, Stütz, Hang oder Oberarmhang enden. Die einfache Felge wird aus dem Handstand in den Handstand geturnt, wie in S1 gezeigt. In Anlehnung an das bereits dargelegte Prinzip muss für diese Elemente kein Handstandsymbol geschrieben werden.

S1 – Felge zum Handstand. S2 – mit Wandern in den Hang. S3 – mit 1/1 Drehung. S4 – mit Salto rückwärts.

S1	f	S2	f <sub>i</sub>	S3	f <sub>ε</sub>	S4	f <sub>e</sub>
----	---	----	----------------	----	----------------	----	----------------

Der simple Unterschwung wird meist in den Oberarmhang geturnt, sodass das entsprechende Symbol weggelassen werden kann. Eine Stützposition muss jedoch gegebenenfalls festgehalten werden.

S1 – Unterschwung in den Oberarmhang. S2 – in den Stütz. S3 – mit Rückgrätschen zum Handstand.

S1	U	S2	U!	S3	U>
----	---	----	----	----	----



## Elementgruppe Fünf

Die Symbole der Abgangs-Gruppe orientieren sich an denen, die für die anderen Geräte verwendet werden, vorrangig festgelegt durch die Kernelemente am Boden. Die einzige erwähnenswerte Erweiterung ist die Tatsache, dass einige Abgänge am Barrenende geturnt werden. Da dies die Wertigkeit des Elements verringert, muss es mitgeschrieben werden.

S1 – Doppelsalto rückwärts gehockt. S2 – Doppelsalto rückwärts gehockt am Barrenende. S3 – Doppelsalto vorwärts gebückt. S4 – Doppelsalto rückwärts gehockt mit 1/1 Drehung.

S1	<i>ll</i>	S2	<i>7ll</i>	S3	<i>llv</i>	S4	<i>llε</i>
----	-----------	----	------------	----	------------	----	------------

## Vollständige Übungen

Wir haben einige Kernprinzipien und -symbole definiert, die es uns nun ermöglichen, Übungen vollständig mitzuschreiben.

Übung – Kippe mit Rückgrätschen zum Handstand, Felge mit 1/1 Drehung, Felge, Riesenfelge, Tippelt, Healy (Rückschwung) in den Handstand, Stemme vorwärts mit Rückgrätschen zum Handstand, Stützkehre, Salto rückwärts in den Handstand, Doppelsalto rückwärts gebückt.

<i>~&gt; </i>	<i>fε</i>	<i>f</i>	<i>O</i>	<i>T</i>	<i>h</i>	<i>→&gt; </i>	<i>S</i>	<i>ε/</i>	<i>llv</i>
---------------	-----------	----------	----------	----------	----------	---------------	----------	-----------	------------



## Symbole für Reck

### Einführung

Eine heutige Reckübung besteht ausschließlich aus flüssigen Verbindungen von Schwung- und Flugelementen sowie Elementen mit Drehungen, die stangennah und weiter entfernt in verschiedenen Griffvariationen geturnt werden. Dies bedeutet, dass der Kampfrichter seinen Blick stets auf das Gerät richten muss, um sicherzustellen nichts zu verpassen. Es ist zudem wenig Zeit, komplizierte und lange Symbole zu notieren; dies bedeutet auch, dass einfache A-Elemente oft übersehen werden.

In Anlehnung an das generelle Prinzip der Symbolschrift werden am Reck einige Annahmen gemacht, um den Schreibaufwand zu vereinfachen und zu minimieren. Diese Annahmen werden im Abschnitt der Elementgruppen detaillierter erläutert:

1. Nur Riesenfelgen, die eine Kombination unterbrechen werden notiert.
2. Die gehockte/gegrätschte Position ist der Standard und wird nicht durch ein Symbol angezeigt.
3. Einige kompliziertere Elementsymbole wurden gekürzt.
4. Kombinierte Flugelemente werden unterstrichen um die Verbindung zu verdeutlichen.

Wie im allgemeinen Teil beschrieben, bilden die häufigsten Elemente die Kernsymbole und seltenere Elemente enthalten zusätzliche Komponenten. Die einfachste Notation wurde für die Kernsymbole verwendet.

### Elementgruppe Eins


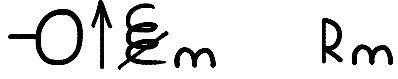
Diese Gruppe enthält Langhangschwünge mit einem und beiden Armen, wie auch Drehungen und gesprungene Riesenfelgen. Die Stemme rückwärts besitzt dasselbe Symbol wie an Ringen und Barren.

Das Symbol einer einfachen Riesenfelge vorwärts und rückwärts folgt dem Prinzip von den Ringen. Ein einfacher Kreis (ausgefüllt oder leer) wird unter die Riesenfelge notiert, falls sie einarmig geturnt wurde. Ein Aufwärtspfeil wird für eine gesprungene Riesenfelge, mit oder ohne Drehung, verwendet. So benötigt ein Quast nur einen Pfeil und ein Drehungssymbol, da die Riesenfelge vorausgesetzt wird.

Vorwärts	○-	○ •	○-ε
Rückwärts	-○	-○↑	↑ε

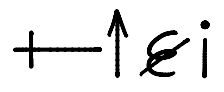





Einige der komplexeren gesprungenen Drehungen wurden vereinfacht, um den Zeitaufwand für die Notation zu verringern. Der Rybalko ist ein häufig gezeigtes Element und profitiert daher von dieser Herangehensweise. In S1 sind sowohl das volle Symbol als auch die abgekürzte Version mit dem Initial des Erfinders gezeigt. In S2 verwenden wir die Notation (**m**) für ein Wiederfassen im Mixgriff.


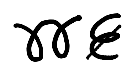
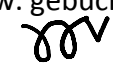



S1	 R	S2	 Rm
----	---	----	---

## Elementgruppe Zwei

Diese Gruppe umfasst Flugelemente mit und ohne Saltos und Drehungen. Einige Kernsymbole stellen die häufigsten Flugelemente dar und werden mit Zusätzen für Körperposition und mit Drehungen verwendet. Die Übereinstimmung mit anderen Geräten soll möglichst gewährleistet sein, sodass für Elemente mit Saltos eher das zugehörige Symbol als die Initialen des Erfinders benutzt werden. Wo dies nicht möglich war, haben wir auf die Initialen zurückgegriffen; das folgende Beispiel zeigt deutlich, wie die Kampfrichter davon profitieren können. Das erste Beispiel unten zeigt das vollständige Symbol für den Yamawaki (gestreckt). Dieses Element wird häufig geturnt, weshalb das Symbol verkürzt werden musste. Das Kernsymbol (**Y**) wird ebenfalls für andere Variationen genutzt.

	Yamawaki		Markelov		Walstrom	
---	----------	---	----------	--	----------	---

Flugelemente mit Saltos folgen den bereits dargelegten Prinzipien, sowohl in Bezug auf den Schreibfluss, der die Bewegung des Elements nachzeichnen soll (z.B. Doppelsalto mit Drehung), als auch auf größere Übereinstimmungen zwischen den Geräten. Diese Herangehensweise verschafft dem Kampfrichter Klarheit darüber, was notiert und auf dem Papier nachvollzogen wird. Die Verwendung von „Namen“ für diese Elemente kann zu Schwierigkeiten führen, da es zwei oder drei verschiedene Namen für die selbe Elementstruktur geben kann; so bezeichnen Kovacs, Kolman, Cassina und Shaham alle jeweils einen Doppelsalto rückwärts (bzw. Variationen). Die Beispiele zeigen Flugelemente mit Doppelsaltos vorwärts und rückwärts in gesteigerter Schwierigkeit.

Gaylord		Pegan		Doppelsalto vw. gebückt	
Kovacs		Cassina		Shaham	



Es gibt weitere Elemente, die selten und zugleich kompliziert mitzuschreiben sind. Darunter fallen die vielen Variationen von Flugelementen mit Ausgrätschen – Carballo und Quintero – sowie Piatti-Elemente. S1-3 zeigt das Ausgrätschen in den Hang, Handstand und mit 1/1 Drehung in den Ellgriff. S4-6 zeigt Piatti zum Tkatchev gegrätscht, Piatti zum Tkatchev gestreckt und Suarez.

S1	>	S2	>	S3	>ε
S4	p	S5	p	S6	pε

Die Gruppe der Tkatchev-Flugelemente besitzt viele Variationen und wird häufig auf verschiedenen Leistungsniveaus gezeigt. Der einfache gegrätschte Tkatchev ist das Kernelement (S1) auf dem die anderen Symbole aufbauen. Diese umfassen den gestreckten Tkatchev (S2), Tkatchev mit 1/1 Drehung (S3) – der nur in gestreckter Position geturnt werden kann, welche folglich nicht extra angezeigt wird – und schließlich den Moznik, ein Tkatchev gestreckt zum Mixgriff (S4).

S1	T	S2	T	S3	Tε	S4	T m
----	---	----	---	----	----	----	-----

## Elementgruppe Drei

Diese Gruppe beinhaltet stangennahe Elemente und wird von Stalder-, Endo- und Weiler-Elementen dominiert. Die zahlreichen Drehungen und Griffpositionen werden mit dem Kernsymbol zusammen notiert um Variationen zu symbolisieren. Die früheren Symbole konnten verwirrend sein und zu Fehlern beim Mitschreiben schneller Element-Kombinationen führen. Hier scheint die Verwendung der Buchstaben „s“ und „e“ logisch, da sie das jeweilige Element prägnant beschreiben und mit einer Handbewegung geschrieben werden können. Die untenstehenden Beispiele zeigen, wie die Schwierigkeit durch Drehungen, Springen und Griffpositionen angehoben werden kann.

S1-3 – Stalder, Stalder mit gesprungener 1/1 Drehung, Stalder zum Rybalko.

S4-6 – Endo, Endo mit 1/1 Drehung zum Mixgriff, Endo mit 1/1 Drehung zum Ellgriff.

S1	s	S2	sε	S3	sR
S4	e	S5	eεm	S6	eε



## Elementgruppe Vier

Diese Gruppe umfasst Elemente im Ellgriff und Hang rücklings. Das Schlüsselement, das häufig in verschiedenen Varianten gezeigt wird, ist der Adler. Das Kernsymbol ist der einfache Adler zum Handstand (S1), der mit einer 1/2 Drehung (S2), 1/1 Drehung in den Mixgriff (S3) und einem Springen zum Handstand (S4) erweitert werden kann. S3 zeigt den Mixgriff nicht separat an, da dies ohnehin die vorherrschende Griffposition ist.

S1		S2		S3		S4	
----	--	----	--	----	--	----	--

Eine einfache Ellgriff- Russen- und Skoumal-Riesenfelge wurde durch die Verwendung eines einzelnen Buchstabens als Symbol so einfach wie möglich gehalten, siehe S1-3. Tschechenriesen sowie Elemente im Hang rücklings haben verschiedene Erfinder und sind kompliziert mitzuschreiben. Um die Notation dieses unregelmäßig auftretenden Elements zu vereinfachen haben wir den Buchstaben „C“ (Czech) gewählt. S4 zeigt einen Schwung im Hang rücklings in den Stütz, S5 eine Stemme aus dem Tschechenriesen zum Handstand (Köste) und S6 einen vollständigen Tschechenriesen.

S1		S2		S3	
S4		S5		S6	

## Elementgruppe Fünf

Die Symbole der Abgangs-Gruppe orientieren sich an denen, die für die anderen Geräte verwendet werden, vorrangig festgelegt durch die Kernelemente am Boden.

## Vollständige Übungen

Wir haben einige Kernprinzipien und -symbole definiert, die es uns nun ermöglichen, Übungen vollständig mitzuschreiben. Die untenstehende Übung ist von internationalem Niveau, dargestellt mit ausschließlich anerkannten Elementen.

Übung – Freie Felge, Kolman, Kovacs, Rybalko, Ellgriff-Riesenfelge, Adler mit 1/2 Drehung, Yamawaki, Stalder mit 1/1 Drehung, Stalder, Doppelsalto gestreckt mit 1/1 Drehung.

f				R			y		s	
---	--	--	--	---	--	--	---	--	---	--

